

FORMATION TÉLÉTRAVAIL & ERGONOMIE

Toutes personnes
concernées par le télétravail

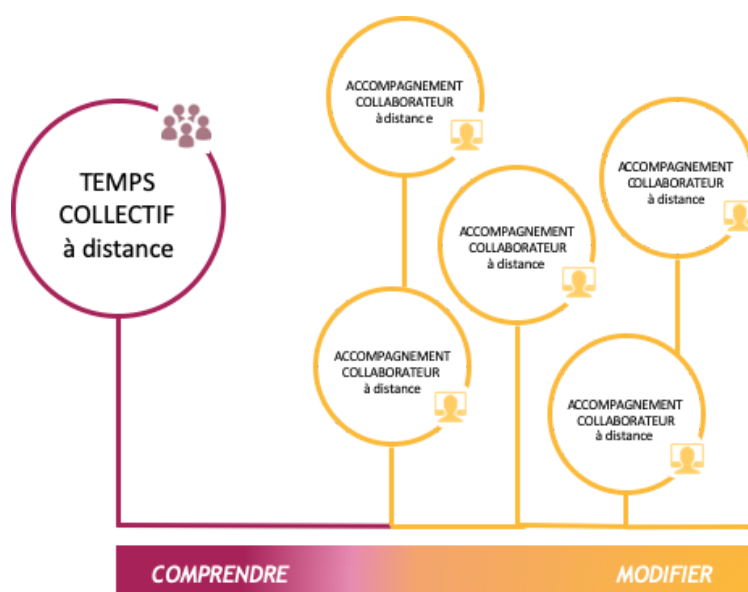
Durant le confinement (COVID 19), le travail à distance s'est démocratisé à une vitesse impressionnante sans apporter les recommandations nécessaires et donc avec toutes les conséquences que cela peut avoir (fatigue visuelle, troubles musculo-squelettiques...)

CE QUE DIT LA RÈGLEMENTATION

Comme l'explique l'article R 4542-16 du code du travail, l'employeur assure l'information et la formation des travailleurs sur les modalités d'utilisation de l'écran et de l'équipement de travail dans lequel cet écran est intégré. Chaque travailleur en bénéficie avant sa première affectation à un travail sur écran de visualisation et chaque fois que l'organisation du poste de travail est modifiée.

CE QUE NOUS VOUS PROPOSONS

Une formation action à distance mais au plus proche des collaborateurs. L'amélioration des conditions de travail ne se résume pas seulement à une sensibilisation théorique sur les bonnes pratiques à adopter mais nécessite un temps pratique (même si celui-ci reste à distance) au poste afin de mettre en place les solutions opérationnelles.



Formation Télétravail & Ergonomie



OBJECTIFS :

- * Acquérir les notions du fonctionnement du corps humain au regard du travail sur écran
- * Connaître les principaux risques liés au travail sur écran en télétravail ainsi que les leviers de prévention
- * Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- * Être capable de maîtriser l'aménagement de son poste de télétravail
- * Rendre le collaborateur acteur de sa prévention lors de son travail informatique

CONTENUS :

TEMPS COLLECTIF :

- * Apports de connaissances sur les Troubles Musculo-Squelettiques
- * Principes de fonctionnement du corps au regard de chaque outil de travail / Illustration à partir d'idées reçues
- * Zoom sur le réglage des outils, l'utilisation des raccourcis clavier et de son bureau virtuel
- * Cas pratiques: cherchez l'erreur (à partir d'illustrations)
- * Analyse de l'aménagement de son poste de travail : un outil à conserver dans son tiroir
- * Apports complémentaires : nutrition, hydratation et détente musculaire.

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL (sur la base du volontariat):

- * L'analyse de la situation de télétravail (environnement, outils utilisés, espace virtuel de travail) à partir de photos envoyés par l'apprenant ou de visio
- * Modification proposée (dans la limite des possibilités)
- * Synthèse des besoins complémentaires par poste de travail envoyée à l'entreprise (en cas de formation intra-entreprise)

METHODES PEDAGOGIQUES & EVALUATION DES ACQUIS

- * Apports théoriques et pratiques à travers des exercices, études de cas, échanges et retours d'expériences.
- * Validation des acquis à partir d'un quizz et des modifications d'aménagement proposées par le collaborateur

PUBLIC :

Tout collaborateur en télétravail travaillant sur poste de travail informatisé.

PRÉREQUIS :

Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.

DURÉE :

Formation collective à distance 1h (+/- 15 min)
+ si l'apprenant le souhaite, 30 min d'accompagnement individuel pour aménager son poste (par téléphone ou visio).

LIEU :

Formation à distance.

LES POINTS FORTS :

Une formation pragmatique qui se traduit concrètement sur les postes,
Des conseils personnalisés à chaque collaborateur.

CONTACTEZ-NOUS :

09.87.71.50.79

contact@vicariance.fr